

**ORTA ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ ÖĞRENCİLERİN BENLİK
ALGILARININ MÜKEMMELİYETÇİLİK DÜZEYLERİNİ YORDAMA
GÜCÜ**

Mustafa OTRAR¹

Dinçer DÖNMEZ²

Bingül UZEL³

Özet

Bu araştırmanın amacı, orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordayıcılığını incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında öğrencilerin benlik algısı ve mükemmeliyetçilik düzeyleri çeşitli kişisel özellikler açısından da incelenmiştir. Araştırmada benlik algılarını ölçmek amacıyla Öner (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Piers-Harris'in Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği, mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek amacıyla da Kırdök (2004)'ün geliştirdiği Olumlu Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, Tekirdağ'daki ortaokullarda öğrenim gören orta ergenlik dönemindeki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Tekirdağ'da yer alan ortaokullar arasında seçkisiz küme örnekleme yöntemiyle belirlenmiş 12 ortaokulda okuyan 609 orta ergenlik dönemindeki öğrenci oluşturmuştur. Çalışmanın sonunda benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı şekilde yordadığı, benlik algısı mutluluk alt ölçeği cinsiyete, rehberlik hizmetlerinden destek alma değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Olumlu-olumsuz mükemmeliyetçilik alt ölçeklerinde ise değişkenlerin hiçbirinin anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: orta ergenlik dönemindeki öğrenciler, olumlu mükemmeliyetçilik, olumsuz mükemmeliyetçilik, benlik algısı

¹ Yrd. Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi. motrar@marmara.edu.tr

² Tekirdağ Rehberlik ve Araştırma Merkezi. dincerdonmez59@gmail.com

³ Tekirdağ Rehberlik ve Araştırma Merkezi. binguluzel@gmail.com

THE PREDICTIVE POWER OF SELF CONCEPT ON PERFECTIONISM LEVELS OF MIDDLE ADOLESCENCE STUDENTS

Abstract

The aim of his research to determine the predictive power of self-concept on perfectionism levels of the middle adolescence period's students. In this study correlational design was used. Within the scope of the research, self-perception and perfectionism levels of the students were examined in terms of various personal characteristics. To measure children's self-concept levels, Piers-Harris Children's Self Concept scale were used. And to measure children's perfectionism levels, Positive and Negative Perfectionism Scale was used. The population of the study is students who are in the middle adolescence period in Tekirdağ. In this study randomly cluster sampling method was used. The sample was comprised of 12 schools which are located in Tekirdağ. Overall, 609 students were included to study. At the end of the study, it was found that the self-perception scores significantly predicted the perfectionism scores, and the self-perception happiness subscale differed significantly between gender groups, and taking support from guidance services variable. In the positive-negative perfectionism subscales, there is no significant differences in demographic variables.

Keywords: middle adolescence period's students, positive perfectionism, negative perfectionism, self-concept

Giriş

Tüm dünyada mükemmeliyetçi yapının, kişinin birçok psikolojik ve sosyal özelliğini etkilediğine ilişkin çalışmalar yapılmış ve yapılmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmalar; arkadaş ilişkileri, akademik başarı, sosyal yaşama uyum ve benlik algısı gibi konularda mükemmeliyetçi yapının etkili olduğunu göstermektedir (Biçer, 1998).

Mükemmeliyetçi yapıya sahip bireylerin benlik algılarının elde ettikleri başarılarla göre değişim gösterdiği bilinmektedir (Burn, 1980). Ancak aynı yaş aralığında ve aynı eğitim kademesinde olan öğrencilerin karşılaştırılarak benlik algısı ile mükemmeliyetçi yapı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya ilgili literatürde rastlanmamıştır. Bunun yanısıra öğrenciyi temel eğitime hazırlama konusunda önemi büyük olan okul öncesi eğitim alıp almamasının ve rehberlik servislerinden destek alıp almamasının benlik algısına ve mükemmeliyetçilik boyutuna etkisini inceleyen araştırmaya ilgili literatürde rastlanmamıştır.

Bu araştırmanın ana amacı, orta ergenlik dönemindeki öğrencilerinin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeyleri yordama gücünü incelemektir. Ayrıca öğrencilerin benlik algısı

ve mükemmeliyetçilik boyutlarının üstünde cinsiyet, okul öncesi eğitim ve rehberlik servisinden destek alıp almama değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Mükemmeliyetçilik

İlgili literatürde mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, ortak olarak kabul edilen bir tanım ya da yapının varlığından söz edilememektedir. Bunun önemli nedenlerinden birinin mükemmeliyetçiliğin olumlu yansımaları ile psikolojik sıkıntılara yol açabilen olumsuz yansımalarının net bir şekilde ayrılamaması olarak ifade edilebilir (Flett ve Hewitt, 2005).

Hollender (1965), mükemmeliyetçilik üzerine çalışan ilk akademisyenlerden biri olarak mükemmeliyetçiliğin kusursuz davranış ve başarı yoluyla ailenin kabulünü sağlama girişimi olduğunu ifade etmiştir. Mükemmeliyetçiliği çocukluk döneminde kazanılan olumsuz bir kişilik özelliği olarak görmektedir.

Mükemmeliyetçilik hakkında davranışçı kuram, sosyal öğrenme kuramı, psikoanalitik kuram ve çağdaş kuramlar çeşitli ve farklı teoriler oluşturmuşlardır. Bu çalışmada, çağdaş kuramcılardan Gordon Flett' in mükemmeliyetçiliğin kaynakları hakkında geliştirdiği model temel alınacaktır.

Mükemmeliyetçilik ve Psikodinamik Kuram

Psikoanalitik yaklaşım, mükemmeliyetçilik çalışmalarının temelini oluşturan teorilerin başında gelmektedir. Mükemmeliyetçilik çoğunlukla nevrotik bir biçim olarak düşünülmüştür; bu nevrotik biçimin başlangıcı Freud'un (1926) mükemmeliyetçiliği, üstün başarı arzusunun sürekli kılan abartılı süperregonun emirleri sonucu oluşan obsesyonel nevrozların bir belirtisi olarak görmesine dayanmaktadır. Freud'a göre, mükemmeliyetçilik, süperregonun yüksek düzeyde başarı için çabalamasının bir sonucudur. Freud ayrıca, nevrotik rahatsızlıklarda sıklıkla görülen narsistik davranışın bir görünümü olarak değerlendirmiştir (Kutlesa, 2002).

Mükemmeliyetçi kişilik yapısı ve mükemmeliyetçilik düşüncesiyle yakından ilişkili olan kuramların en önemlilerinden biri de Adler'in Bireysel Psikoloji Kuramı'dır. Adler (2000), bireyin ideal mükemmelliğe ulaşamadığı sürece aşağılık duygusunu hissettiğini ve bununla motive olduğunu iddia etmiştir. Aynı zamanda toplumsal ilginin bireylerin güç ve mükemmellik yönünde çabalarını dengeleyen bir unsur olduğunu ileri sürmüştür. Adler'e göre toplumsal ilgi bireylerin yararlılık yönünde çabalarını göstermeye yardım eder. Mükemmeliyetçi çabalar sağduyu ve toplumsal ilgi ile birlikte ortaya çıktığı sürece sağlıklı ve gereklidir. Bununla beraber Adler sağlıklı (olumlu) mükemmeliyetçilik yanında sağlıklı

(olumsuz) mükemmeliyetçiliğin de olduğunu ortaya koymaktadır. Ona göre kişisel üstünlük için çabalayan nevrotikler toplumsal ilgiden uzaktır ve düşman bir ülkede yaşıyormuş gibi hisseder (Cloninger, 2004).

Mükemmeliyetçilik ve Davranışçı Kuram

Mükemmeliyetçilik yapısıyla ilişkili diğer bir teori de Davranışçı Kurama aittir. Skinner, davranışın biçimlendirilmesi ve sürdürülmesinde çevrenin rolünü vurgulamaktadır. Skinner'e göre bireyin davranışları olumlu şekilde pekiştirildiğinde ve ödülle sonuçlandırıldığında artabilmektedir. Aynı şekilde insanlar ödüllendirici sonuçları olmayan ya da cezalandırılan davranışlarda bulduklarında aynı davranışı giderek daha az sergileme eğiliminde olurlar (Nelson-Jones, 1982). Bu kurama göre mükemmeliyetçilik kavramı, pekiştireçlere olan ihtiyaçlarla basit bir şekilde açıklanabilir.

Mükemmeliyetçilik ve Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal Öğrenme Kuramı ile Bandura, davranışın belirleyicisi olarak beklentinin rolünü ağırlıklı olarak vurgulamakta ve yeterlik beklentisi ile sonuç beklentisini birbirinden ayırmaktadır. Ona göre yeterlik beklentisi “sonuç için gerekli davranışı başarılı bir biçimde yapabileceğine inanmak” iken, sonuç beklentisi kişinin “belirli bir davranışın belirli sonuçlara yol açacağına ilişkin tahmin”dir. Yeterlik beklentisinin en temel kaynağı başarıyla ilgili kişisel yaşantılar olup tekrarlanan başarısızlık, yeterlik beklentisini azaltırken, tekrarlanan başarı artırmaktadır (Nelson-Jones, 1982). Bandura'ya göre eğer pekiştireç yalnızca mükemmele erişildiğinde veriliyorsa, birey bu yaşantı yoluyla mükemmelliği pekiştireç kazanmak için gereksinim olarak öğrenecektir. Mükemmellik seviyesinin daha altında sonuçlar ortaya çıktığı zaman, birey cezalandırılmayı bekleyecektir ki; bu da bireyi küçük düşüren bir olaydır. Bu nedenle; davranışla ilgili pekiştireçlerden ileri gelen tüm alanlarda en yüksek standartlara sahip olma, mükemmeliyetçi eğilimlerle sonuçlanmaktadır (Borynack, 2003).

Mükemmeliyetçilik ve Flett' in Modeli

Flett ve arkadaşları (2002), çocuktaki mükemmeliyetçi yapının oluşum nedenleri arasında aile baskısı ve ebeveyn rollerindeki değer kaybının da olduğunu belirterek çocukluk döneminde oluşan mükemmeliyetçiliği açıklamak için dört farklı model geliştirmişlerdir. Bunlar: sosyal beklentiler modeli, sosyal öğrenme modeli, sosyal reaksiyon modeli, ve endişeli yetiştirme modelleridir.

Sosyal Beklentiler Modeli

Çocuk büyümesi sırasında kendisi mükemmel olduğunda ebeveynlerinden daha çok kabul gördüğünü fark eder. Ebeveynlerinin istek ve beklentilerini karşılayamadığında ise

kendisini çaresiz ve yardıma muhtaç bir durumda hisseder. Bazı durumlarda ise çocuğun üzerinde sadece ailesinin değil aynı zamanda başkalarının da baskısı olmaktadır ki bu durum sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik ile de ilgilidir. Öte yandan ebeveynlerin aşırı baskısı ve yüksek düzeydeki beklentiler bir yana hiçbir beklentinin olmaması da çocuk için eşit derecede kötüdür. Bu bakımdan bazı araştırmacılara göre bazı çocukların mükemmeliyetçilik geliştirmesinin amacı ebeveyn ilgisi yokluğu ile başa çıkma çabasıdır. Bu gibi durumlarda çocuklar standart yoksunluğu ve diğer belirsizlikler ile başa çıkmak için kendilerince standartlar belirlemektedirler (Flett ve arkadaşları, 2002).

Sosyal Öğrenme Modeli

Bu model, Bandura' nın Sosyal Öğrenme Kuramıyla büyük benzerlik göstermektedir. Flett ve arkadaşları (2002)'na göre ebeveynleri mükemmeliyetçi olan çocuklar onları taklit ederek mükemmeliyetçi olmaktadır. Bir diğer deyişle mükemmeliyetçiliği anne ve babalarından öğrenmektedirler. Bu gibi çocuklar anne ve babaları gibi mükemmel olmak istemektedirler.

Sosyal Reaksiyon Modeli

Bazı durumlarda çocuklar yetişme çağlarında fiziksel saldırı ve sevginin geri çekilmesi gibi psikolojik saldırıya maruz kalmaktadırlar.. Bu tip çocuklar yetiştirilme koşullarına baş etmek için mükemmeliyetçi bir yapı oluştururlar. Başka bir durumda ise çocuk son derece belirsiz koşullara sahip olduğu için bu koşulların belirsizliğinden kurtulmak için mükemmeliyetçi olabilir. Aile üyelerinin ya da diğer bakıcıların tepkilerinin tutarsız olması bu gibi belirsiz durumlara bir örnek olabilir (Flett ve arkadaşları, 2002). Bencik (2006)'e göre sosyal beklentiler ve sosyal reaksiyon modeli arasında ufak benzerlikler vardır. Ancak gene de bu iki model birbirinden ile farklıdır. Bir durumda çocuktan belli standartlara uyması beklenirken diğer tarafta kötü davranışa maruz bırakma vardır. Bir tarafta ebeveyn kontrolü varken diğer tarafta düşmanca tavırlar, sıcaklık eksikliği ve cezalandırıcı yöntemler söz konusudur.

Kaygılı Yetiştirme Modeli

Bazı ebeveynler çok endişeli yetiştirme tarzına sahiptir. Hatalara çok fazla takılırlar. Bu tip yetiştirme modeli çocuğa hatalardan korkmayı, hata yapmamaya çalışmayı ve hataların doğurabileceği sonuçlara çok fazla odaklanmayı öğretir. Çocuk da hata yapmamak için mükemmeliyetçi bir yapı geliştirir (Flett ve arkadaşları, 2002).

Mükemmeliyetçilik Hakkında Yapılmış Çalışmalar

Özgüngör tarafından 2003 yılında yapılan bir araştırmada, mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin ve öğretmenin özerklik destekleyici davranışlarının, öğrencilerin akademik amaç

tarzlarını yordama gücü incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini Ankara İli'nde öğrenim gören 453 ilköğretim öğrencisinden oluşmaktadır. Veriler “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” “Amaç Tarzı Envanteri” ve “Özerklik Destekleme Envanteri” kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma sonuçları düzenlilik olarak ifade edilen mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin ve öğretmen özerklik destekleyici davranışlarının, öğrencilerin olumlu akademik davranışlarıyla ilişkili bulunan öğrenme tarzıyla anlamlı ilişkilerin olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca araştırmacı, hata yapmaktan korkma ve ebeveynlerin eleştiri tutumlarının, öğrencilerin istenmeyen akademik davranışlarını yordama gücü ve bilinen başarısızlıktan kaçınma amaç tarzıyla anlamlı ilişkileri olduğunu bulmuştur. Araştırmada elde edilen bulgular ışığında akademik başarının artırılmasına yönelik geliştirilen programlarda, öğrenci kişilik özelliklerin, öğretmen sınıf içi tutum ve davranışlarının göz önünde bulundurulmasının önemine değinilmiştir (Kağan, 2006).

Bieling ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan bir çalışmada mükemmeliyetçilik ölçümleri kullanılmış ve mükemmeliyetçilik yapısının değişen modelleri karşılaştırılmıştır. Çalışmaya 198 öğrenci katılmış ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak üçlü mükemmeliyetçilik modeli incelenmiştir. Çalışmada iki faktörü (olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik) birleştiren mükemmeliyetçilik modelinin tek yönlü mükemmeliyetçilik modeline göre daha verimli olduğu görülmüştür.

Accordino ve çalışma arkadaşlarının (2000) “Almost Perfect Scale-R- Mükemmeliyetçilik Ölçeği”ni bir grup lise öğrencisine uygulayarak yaptıkları bir çalışma da elde edilen bulgular yüksek standartlar belirleyen öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Öğrencilerin depresyon puanları düşük çıkarken, benlik saygısı puanlarında yükselme olduğu gözlenmiştir. Olumsuz mükemmeliyetçiliği ölçmek için geliştirilmiş Çelişki (Discrepancy) alt ölçeğinden yüksek puan alan öğrenciler ise bu bulguların tam tersini elde etmişlerdir.

Flett ve arkadaşları tarafından 1996 yılında yapılan araştırmada, araştırmacılar, mükemmeliyetçi bir düşünceyle genel psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya 200’ den fazla üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonunda mükemmeliyetçi düşüncenin çeşitli sıkıntılı düşüncelerle doğrudan bağlantılı olduğu saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin endişeli ve sıkıntılı düşüncelerinin daha yüksek oranda üzüntüye ve suçluluğa yol açabileceği yönünde araştırmacılar çıkarımda bulunmuşlardır.

Gilman ve Ashby (2003) ortaokul öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda; olumlu mükemmeliyetçilerin olumsuz mükemmeliyetçiler veya mükemmeliyetçi olmayan öğrencilerden daha olumlu içsel, kişilerarası ve akademik deneyimlere sahip oldukları

sonucuna ulaşmışlardır. Olumsuz mükemmeliyetçilerin olumlu mükemmeliyetçilerden daha fazla kişisel ve sosyal sorunlar yaşadıkları tespit edilmiştir.

Şen (2005) yılında lisans öğrencileriyle yaptığı araştırma sonucunda başatme tarzları ve stratejileri üstünde mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin yordayıcı bir rolü olduğunu ve yaşam olaylarını algı ile depresif belirtiler arasındaki bağlantı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptanmıştır.

Mükemmeliyetçi yapının, kişinin birçok psikolojik ve sosyal özelliklerini etkilediğine dair çalışmalar yapılmış ve yapılmaktadır. Arkadaş ilişkileri, akademik başarı, sosyal yaşama uyum ve benlik algısı gibi konularda mükemmeliyetçi yapının etkisi görülmektedir. Bu çalışmada benlik algısını nasıl etkilediğine bakılacaktır.

Benlik Algısı

Benlik algısı adlı olgu, psikoloji literatüründe “kendilik anlayışı”, “benlik tasarımı”, “benlik kavramı”; kamuoyunda ve günlük yaşamda “güven duygusu” ya da “kendine güven” olarak isimlendirilen, insan kişiliğinin temelinde olan, birey için en önemli algı, duygu ve düşüncelerin bir bütünüdür. Benlik algısı; temel olarak bireyin kendini değerlendirirken kullandığı tutumun yönüne bağlıdır. Birey kendini değerlendirirken olumlu bir tutum içindeyse, benlik saygısı yükselmekte; olumsuz bir tutum içindeyse benlik algısı düşmektedir (Öner, 2005). Bireylerin kendilerini beğenilir kabul etmeleri, yüksek benlik saygısına sahip olmak için genellikle kendileri hakkında daha olumlu düşünceleriyle ilişkilidir. Fakat bu ilişkinin gücü beğenilir olmak için bağlanılan şeyin önemine bağlıdır. Bireyin kendisi ile ilgili beklentileri, önceki deneyimlerinin sayısı ve çevrenin de etkisiyle kazandığı, yapacağı davranışların değeri, bireyin benlik imajını oluşturmada ve benlik saygısını yükseltmede oldukça etkilidir (Kulaksızoğlu ve Arıcak, 2000).

Düşük benlik algısı olan çocukların çoğu, hayattaki başarılarının büyük bir bölümünü kendi kontrollerinin dışındaki diğer etkenlere dayandırır. Bu nedenle kendilerine olan güvenlerini ve gelecekte başarılı olma şanslarını azaltırlar. Aynı çocuklar bir hata yaptıklarında veya başarısızlığa maruz kaldıklarında, bunu kendileri dışındaki nedenlere dayandırarak açıklarlar. Bu onların yeni ve daha başarılı stratejiler geliştirmelerini, yardıma veya tavsiyeye başvurmalarını daha da zorlaştırır (Yavuzer, 2003).

Benlik Algısı hakkında yapılmış çalışmalar

Maehr ve Ludwing'in 1962-1967 yılları arasında yaptıkları çalışmalarda, benlik kavramındaki değişmelerin birey için önemli olan kişilerin onaylama onaylamama davranışları ile bireyin kendini olumlu- olumsuz değerlendirmesi arasında ilişki olduğunu bulmuşlardır (Gün, 2006). Platon ve arkadaşları (1971) tarafından gerçekleştirilen bir

araştırmada, sosyo ekonomik düzeyi yüksek olan ailelere sahip lise öğrencilerinin benlik kavramlarının daha yüksek olduğunu gösteren bulgular elde edilmiştir. Trowbridge (1972) tarafından gerçekleştirilen başka bir araştırmada, orta sosyo-ekonomik düzey aile çocuklarının benlik kavramlarının üst sosyo-ekonomik düzey aile çocuklarına göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu ileri sürülmüştür (aktaran Can,1991).

1992 yılında okullarına başarılı şekilde devam eden öğrencilerle, okuldan atılma tehlikesi içinde olan lise öğrencilerinde; okul, aile, nüfus, benlik uyumu alanlarında farklılıkları meydana getiren faktörleri belirlemek için, 42 soruluk bir anket 50 başarılı, 47 atılma tehlikesi içinde olan toplam 97 İspanyol öğrenci üzerinde uygulamıştır. Bulgular başarılı öğrencilerin özsaygı düzeylerinin okuldan atılma tehlikesinde olan öğrencilerden yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Başarısız ve düşük özsaygıya öğrencilerin anketin uygulandığı sırada herhangi bir sporla uğraşmadıkları ve herhangi bir faaliyete katılmadıkları, başarısız ve düşük özsaygıya sahip kız öğrencilerin ise o ana kadar hiç bir sporla uğraşmadıkları belirtilirken, başarılı öğrencilerin çoğunun aktif olarak spor yaptıkları ortaya çıkmıştır (Kline,1992). Gökalan (2000), ilköğretim okulu öğrencilerinin benlik tasarımı, atılma ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi araştırdığı tezinde, sosyo-ekonomik şartları yüksek olan ve anne- babasının eğitim düzeyi yüksek olan öğrencilerin benlik algılarının da yüksek olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca araştırmasında kız öğrencilerin benlik algılarının erkek öğrencilere oranla daha düşük olduğunu belirlemiştir.

2015-2016 eğitim-öğretim yılında Sivas il merkezinde ortaokullarda öğrenim gören ve basit seçkisiz örneklem yöntemiyle belirlenen 868 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirilen bir araştırmada, ortaokul öğrencilerinin olumlu mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü ve zayıf bir ilişkinin olduğu, olumsuz mükemmeliyetçilik ile benlik saygısı arasında ise negatif yönlü orta bir ilişkinin olduğu, olumlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin benlik saygısı düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı ve cinsiyete göre anlamlı bir fark oluşmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Hançer, 2016).

Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı

Mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkiyi inceleyen ilk araştırmaları anektodal kayıtlar ve teorik çalışmalar oluşturmaktadır. Bu araştırmalara göre mükemmeliyetçilik düşük benlik algısıyla ilişkilidir (Ashby, ve Rice, 2002). Bununla birlikte Burn, mükemmeliyetçi kişilerin ulaşılması zor, gerçekçi olmayan hedeflerinin peşinden koşarken, üretkenliğinin düştüğünü, sağlığını kaybettiğini, kendini kontrol yeteneğinin azaldığını, kişisel ilişkilerinin bozulduğunu ve benlik algısının düştüğünü savunmaktadır

(Burn, 1980). Patch (1984) ise mükemmeliyetçi kişilerin çevresi tarafından sevilme için kendisine gerçekçi olmayan hedefler belirlediğini, bu hedeflere ulaşamayınca kendisini başarısız ve sevgiyi hak etmeyen bir birey olarak gördüğünü savunmaktadır. Son yıllarda mükemmeliyetçilik çok boyutlu olarak ele alınmaya başlamış, olumlu ve olumsuz boyutları ile diğer psikolojik özellikler üzerine etkisi incelenmiştir.

Mükemmeliyetçilik ve Benlik Algısı hakkında yapılmış çalışmalar

Rice ve arkadaşları (1998) 464 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları bir çalışmada olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutları ile iki zihinsel sağlık çıktısı (benlik saygısı ve depresyon) arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmacılar bu çalışmada kullanılan ölçüm modelini geliştirmek ve değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi kullanırken önceki teori ve araştırmalardan sağlanan kolaylaştırıcı modeli test etmek içinse yapısal denklemler modellemesi kullanmışlardır. Analizler iki mükemmeliyetçilik boyutu olduğunu desteklemiştir. Olumsuz mükemmeliyetçilik benlik saygısıyla negatif, depresyonla pozitif yönde ilişkili bulunmuştur.

Birçok araştırma mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz yönlerini ele alarak, benlik saygısıyla olan ilişkini incelemiştir. 262 üniversite mezunu kişiyle yapılan bir araştırmada olumlu mükemmeliyetçiliğin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği, olumsuz mükemmeliyetçiliğin ise benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. (Preusser ve Asbby 1994). Benzer şekilde Georgia Üniversitesinde 1984 yılında bir grup kadın üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada mükemmeliyetçilik oranının yükseldikçe, benlik algısı oranının düştüğü sonucu ortaya çıkmıştır (Adderhold-Alliot, 1987). Olumlu mükemmeliyetçilerin akademik performans için yüksek standartlar oluşturdukları ve yüksek seviyelerde genel ve sosyal öz-yeterliliğe sahip oldukları, bununla birlikte standartları ve performansları arasındaki zıtlıkla daha az ilgili oldukları görülmüştür (LoCicero, Kenneth ve Jeffrey 2000).

Okul öncesi eğitim

Erken Çocukluk Eğitimi olarak da adlandırılan okul öncesi eğitim süreci çocuğun öğrenmesinin en yoğun olduğu, temel alışkanlıklarının, zihinsel yeteneklerinin en hızlı geliştiği ve biçimlendiği dönemdir. Bu süreçte kazanılan olumlu ya da olumsuz davranış biçimleri, çocuğu tüm yaşamı boyunca etkilemektedir (Meb, 2017). İlgili literatür tarandığında çocukların okul öncesi eğitim alıp almama durumlarının benlik algısı ve mükemmeliyetçilik boyutları üstünde etkisine bakıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Rehberlik Servisleri

Öğrencilerin kişisel ve sosyal ihtiyaçlarına yönelik çalışmalar yapan ve programlar geliştiren psikolojik danışmanların bulunduğu okullarda öğrencilerin benlik algısının daha yüksek olduğu, okul idaresi ve öğretmen kadrosuyla daha az sorun yaşadıkları ve problemlerle baş etme becerilerinin gelişmiş olduğu görülmüştür (Yavuz, 2017).

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları mükemmeliyetçilik düzeylerini anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemektir. Ayrıca öğrencilerinin benlik algısı alt boyutları ve mükemmeliyetçilik boyutlarının cinsiyet, okul öncesi eğitim ve rehberlik servisinden destek alıp almama değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Bu bağlamda araştırma soruları aşağıdaki şekilde belirlenmiştir:

Araştırma Sorusu 1: Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları toplam puanları olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutlarını yordamakta mıdır?

Araştırma Sorusu 2: Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları alt boyutları, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutları cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırma Sorusu 3: Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları alt boyutları, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutları okul öncesi eğitim alıp almama değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırma Sorusu 4: Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları alt boyutları, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutları rehberlik servisinden destek alıp almama değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

Problem

Araştırmanın problem cümlesi “Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları mükemmeliyetçilik düzeylerini anlamlı şekilde yordamakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Bu araştırmadan elde edilecek sonuçlarla, orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algısı ve mükemmeliyetçilik boyutlarına ilişkin açıklamalar yapmak mümkün olacak, orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutlarını ne derece etkilediği ortaya konacaktır. Ayrıca Türkiye genelinde bu tarzda bir çalışma olmaması hem akademik hem de eğitsel rehberlik alanına katkı sağlayacak ve benzer çalışmalara yol gösterici nitelikte olabilecek bilgilere ulaşılacaktır.

Sınırlıklar

Araştırma, Tekirdağ il merkezindeki ortaokullarda öğrenim görmekte olan orta ergenlik dönemindeki öğrencilerle, 2017-2018 eğitim öğretim yılı ile ve amaçlar bağlamında kullanılan veri analizi teknikleri ile sınırlıdır.

Sayıtlar

Örnekleme oluşturan öğrencilerin kendilerine uygulanan anket ve ölçek maddelerini samimi şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algıları mükemmeliyetçilik düzeylerini anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile tasarlanarak gerçekleştirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Tekirdağ'daki ortaokullarda öğrenim gören orta ergenlik dönemindeki öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Tekirdağ Rehberlik ve Araştırma Merkezi çalışma bölgesinde yer alan ortaokullardan tesadüfi (seçkisiz) oransız küme örnekleme yöntemiyle belirlenmiş 12 ortaokulda okuyan orta ergenlik dönemindeki 609 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma grubunun örneklemini oluşturan veriler aşağıda sunulmuştur.

Örnekleme oluşturan öğrencilerin 306'sı (%49,8) erkek, 303'ü (%50,2) kız öğrencidir. 445'i (%73,1) okul öncesi eğitim görmüş, 164'ü (%26,9) ise görmemiştir. Öğrencilerin 173'ü (%28,4) rehberlik servisinden destek almış, 436'sı (%71,6) ise böyle bir destek almamıştır (Bknz. Tablo 1)

Tablo 1

Örneklem Grubuna Ait Betimsel Değerler

Cinsiyet	N	%	Ok. Ön. eğt.	N	%	Reh. destek	N	%
Kız	303	49.8	Evet	445	73.1	Evet	173	28.4
Erkek	306	50.2	Hayır	164	26.9	Hayır	436	71.6
Toplam	609	100	Toplam	609	100	Toplam	609	100

Veri Toplama Araçları

Araştırmada öğrencilerle ilgili demografik bilgi toplamak amacıyla kişisel bilgi formu, mükemmeliyetçilik boyutlarını belirlemek amacıyla Olumlu Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Kırdök, 2004) ve Piers Harris'in Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği (Öner, 2005) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrenciler hakkında demografik bilgi toplamak üzere araştırmacılar tarafından hazırlanmış kısa bir bilgi formudur. Bu bilgi formu cinsiyet, okul öncesi eğitim ve rehberlik servisinden destek alıp almama bilgilerini içeren 3 sorudan oluşmaktadır.

Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği

İlköğretim öğrencilerine uygulanan ölçek Kırdök (2004) tarafından geliştirilmiştir. İlköğretim okulu ikinci kademeye devam etmekte olan ergenlerin mükemmeliyetçilik özelliklerini ölçmeye yönelik olarak hazırlanan bu ölçekte dörtlü likert tipi bir derecelendirme ile cevaplanan 17 madde bulunmaktadır. Yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinde olumlu ve olumsuz olmak üzere iki alt boyuttan oluştuğu belirlenen ölçekte ters dönmüş ifadeler ve toplam puan bulunmamaktadır. Her iki alt ölçekte de alınacak puan yükseldikçe mükemmeliyetçilik düzeyi artmaktadır. Geliştirme sürecinde ölçeğine her iki faktörü için iç tutarlık değerleri de yüksek (.78-.81) bulunmuştur öte yandan tüm maddelerin içinde yer aldıkları faktörle korelasyonlarının anlamlı olduğu saptanmıştır (Kırdök, 2004). Bu çalışmada Cronbach Alfa .82 ve .85 olarak bulunmuştur.

Piers - Harris' in Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği

'Kendim Hakkında Düşüncelerim' adı ile anılan 80 maddelik Piers-Harris'in Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği 9-16 yaş aralığındaki öğrenciler için 1964'de Piers ve Harris tarafından Amerika Birleşik Devletlerinde geliştirilen ölçeğin ülkemizde çeviri ve güvenirlik çalışması Öner (1986) tarafından yapılmıştır. Bu örneklem, yaşları 10 ila 19 arasında bulunan düşük, orta ve yüksek sosyoekonomik düzeylerdeki kız ve erkek öğrencilerin eşit oranlarda temsil edildiği toplam 1520 İstanbullu ilköğretim ve lise gruplarından oluşmuştur. Türkçe'ye çevrilen benlik kavramı ölçeği orijinal formdan istatistiksel düzeyde farklılık göstermediği, Türkçe ve İngilizce formların eşdeğer olduğu saptanmıştır. Benzer eğitim düzeyini temsil eden örneklemelerin faktör analizlerinde, faktörlerin toplam öz kavram puanı değişimine katkısı İngilizce formda %42, Türkçe formda %41.7 olmuş; böylece Türkçe ölçeğin faktör yapısı İngilizce ölçeğinin faktör yapısına çok yakın bulunmuştur (Öner, 2005). Ölçek öğrencilerin kendilerine (öz'üne) yönelik düşünce, duygu ve tutumlarını değerlendirmeyi amaçlar. Ölçek evet ya da hayır şeklinde cevaplanan 80 betimleyici maddeden oluşmaktadır. Yüksek puanlar çocukların kendileri hakkındaki olumlu, düşük puanlar ise olumsuz özkavramına işaret etmektedir. Değişik yaş gruplarının ve cinsiyet farklarının olmadığı saptanan bu ölçeğin güvenirliği, iç tutarlık ve değişmezlik (test-tekrar-test) teknikleriyle

sınanmıştır. Spearman Brown ve Kuder Richardson 21 formülleri ile elde edilen iç tutarlılık katsayıları .78 ile .93 arası; Pearson Momentler Çarpımı formülü ile elde edilen puan değişmezliği korelasyon katsayıları .71 ile .77 arası bulunmuştur. Bu veriler ölçek güvenilirliğinin yeterli olduğu şeklinde yorumlanmıştır (Öner, 2005). Bu çalışmada Cronbach Alfa .83 olarak bulunmuştur.

Verilerin Çözümlemesi

Örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin benlik algısı ve mükemmeliyetçilik ölçeklerinin alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyet, okul öncesi eğitim ve rehberlik servisinden destek alıp almama değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız grup t testi, benlik algısının olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutlarını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla da öncelikle Pearson korelasyonu ve ardından basit regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırma hipotezlerine yönelik analiz sonuçları bulunmaktadır. Bu bağlamda öncelikle benlik algılarının olumlu mükemmeliyetçilik boyutlarını yordayıp yordamadığını belirlemeye yönelik korelasyon ve basit regresyon analizleri, ardından da benlik algılarının olumlu mükemmeliyetçilik boyutlarının cinsiyet, okulöncesi eğitimi alıp almama ve rehberlik servisinden yardım alıp almama değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin benlik algısı toplam puanları ile olumlu mükemmeliyetçilik puanları arasında pozitif yönde ($r^2=.35$; $p<.001$); benlik algısı toplam puanları ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanları arasında negatif yönde ($r^2=-.42$; $p<.001$) anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır (Bknz. Tablo 2).

Tablo 2

Benlik Algıları ile Mükemmeliyetçilik Boyutları Arasındaki İlişkiler

Mükemmeliyetçilik	Benlik Algısı Toplam Puanı		
	n	r	p
Olumlu	609	.354	.000
Olumsuz	609	-.417	.000

Bu işlemlerin ardından araştırmanın ana amacına uygun olacak şekilde, benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyut puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla regresyon işlemleri yapılmış elde edilen sonuçlar aşağıda tablolar halinde sunulmuştur.

Örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyut puanlarını anlamlı şekilde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon sonucunda olumlu ($F=86.97$; $p<.001$) ve olumsuz ($F=127.55$; $p<.001$) mükemmeliyetçilik için regresyon modelleri uygun bulunmuştur. İşlemlerin ardından benlik algısı puanlarının olumlu mükemmeliyetçilik alt boyutundaki varyansın %12'sini ($\Delta R^2=.12$; $p<.001$); olumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutunun %17'sini ($\Delta R^2=.17$; $p<.001$) istatistiksel olarak anlamlı şekilde açıkladığı saptanmıştır (Bknz Tablo 3).

Tablo 3

Benlik Algılarının Mükemmeliyetçilik Boyutlarını Yordayıp Yordamadığının İncelenmesi

Bağımsız Değ.	Bağımsız Değ.	F	P	R	R ²	ΔR^2	β	t	P
Benlik Algısı	Olumlu Mük.	86,97	.000	,35	,13	,12	21,06	23,14	.000
Toplam. Puanı	Olumsuz Mük.	127,55	.000	,42	,17	,17	25,01	33,52	.000

Benlik algısı ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki istatistiksel fark sadece mutluluk alt boyutunda anlamlı bulunmuştur. Buna göre kız çocuklarının mutluluk alt ölçeği puan ortalamalarının erkek çocuklarınınkine göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Bknz. Tablo 4)

Tablo 4

Benlik Algısı ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Ölçeklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Puan	Gruplar	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Mutluluk	Kız	303	8,47	3,725	,214	-4,899	,278	,000
	Erkek	306	9,83	3,107	,178			
Kaygı	Kız	303	5,80	2,800	,161	-6,638	,219	,140
	Erkek	306	7,25	2,610	,149			
Popülarite	Kız	303	8,52	2,467	,142	-1,369	,197	,337
	Erkek	306	8,79	2,388	,136			
Konfomite	Kız	303	11,35	3,466	,199	-2,188	,267	,128
	Erkek	306	11,94	3,118	,178			
Zihinsel	Kız	303	6,53	2,407	,138	-3,981	,199	,605
	Erkek	306	7,33	2,502	,143			
Fiziksel	Kız	303	4,64	1,666	,096	3,421	,135	,929
	Erkek	306	4,18	1,657	,095			
Olumsuz M.	Kız	303	29,50	5,982	,344	,919	,482	,217
	Erkek	306	29,06	5,911	,338			
Olumlu M.	Kız	303	17,49	5,092	,293	3,169	,482	,375
	Erkek	306	16,21	4,867	,278			

Benlik algısı ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların okul öncesi eğitim alıp almama durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (Bknz. Tablo 5).

Tablo 5

Benlik Algısı ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Ölçeklerinin Okul Öncesi Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Puan	Gruplar	N	\bar{x}	ss	Sh $_{\bar{x}}$	t Testi		
						t	Sd	p
Mutluluk	Evet	445	9,17	3,529	,167	,584	,202	,314
	Hayır	164	9,11	3,403	,266			
Kaygı	Evet	445	6,58	2,809	,133	,940	,801	,255
	Hayır	164	6,38	2,779	,217			
Popülarite	Evet	445	8,69	2,434	,115	,604	,630	,221
	Hayır	164	8,55	2,420	,189			
Konfomite	Evet	445	11,47	3,408	,162	,021	-2,360	,282
	Hayır	164	12,13	2,967	,232			
Zihinsel	Evet	445	6,90	2,541	,120	,442	-6,13	,218
	Hayır	164	7,03	2,330	,182			
Fiziksel	Evet	445	4,58	1,624	,077	,473	4,080	,156
	Hayır	164	3,95	1,731	,135			
Olumsuz M.	Evet	445	16,49	4,931	,234	-2,846	,464	,573
	Hayır	164	17,81	5,137	,401			
Olumlu M.	Evet	445	29,19	5,948	,282	-5,95	,544	,884
	Hayır	164	29,51	5,951	,465			

Benlik algısı ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların rehberlik servisinden hizmet alıp almama durumuna farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki istatistiksel fark sadece mutluluk alt alt boyutunda anlamlı bulunmuştur. Buna göre rehberlik servisinden hizmet alan çocukların mutluluk alt ölçeği puan ortalamalarının rehberlik servisinden hizmet almayanlarınkine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumda araştırma sorusu 3'ün cevabı "evet" şeklinde verilebilir (Bknz. Tablo 6).

Tablo 6

Benlik Algısı ve Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Ölçeklerinin Rehberlik Servisinden Hizmet Almasına Göre Karşılaştırılması

Puan	Gruplar	N	\bar{x}	ss	Sh $_{\bar{x}}$	t Testi		
						t	Sd	p
Mutluluk	Evet	173	8,18	3,853	,293	,000	,332	,256
	Hayır	436	9,54	3,265	,156			
Kaygı	Evet	173	6,09	2,789	,212	,015	,251	,980
	Hayır	436	6,70	2,789	,134			

Popülarite	Evet	173	8,36	2,556	,194	,065	,225	,000
	Hayır	436	8,78	2,369	,113			
Konfomite	Evet	173	10,54	3,436	,261	,000	,302	,931
	Hayır	436	12,08	3,151	,151			
Zihinsel	Evet	173	6,46	2,634	,200	,005	,231	,250
	Hayır	436	7,12	2,401	,115			
Fiziksel	Evet	173	4,38	1,640	,125	,756	,149	,111
	Hayır	436	4,42	1,691	,081			
Olumsuz M.	Evet	173	17,51	4,910	,373	,007	,445	,098
	Hayır	436	16,58	5,041	,241			
Olumlu M.	Evet	173	28,23	6,095	,280	,038	,541	,703
	Hayır	436	29,69	5,841	,463			

Tartışma

Benlik saygısı ve cinsiyet farklılıkları ile ilgili literatürdeki araştırmalar incelendiğinde tutarlı sonuçlar olmadığı görülmektedir. Bazı çalışmalarda benlik saygısının düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı farklar bulunmamasına rağmen bazı çalışmalarda ise erkek çocukların kız çocuklarına göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarına ilişkin anlamlı bulgular elde edilmiştir. Mullis ve Normandin de (1992) ergenlerde cinsiyet ile benlik saygısının gelişimi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuşlardır (St. Poul, 1996).

Gökalan (2000) ise ilköğretim okulu öğrencilerinin benlik tasarımı, atılganlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi araştırdığı tezinde, kız öğrencilerin benlik algılarının erkek öğrencilere oranla daha düşük olduğunu belirlemiştir. Aynı şekilde Brack, Orr ve Ingersoll (1987) altı ve sekiz ile on ve on ikinci sınıflarda okuyan 135 öğrenciyle yaptıkları çalışmada kızların benlik saygılarının erkeklerden daha düşük olduğunu saptamışlardır (aktaran Çevik ve Atıcı, 2009).

2015-2016 eğitim-öğretim yılında Sivas il merkezinde ortaokullarda öğrenim gören ve basit seçkisiz örneklem yöntemiyle belirlenen 868 öğrencinin katılımı ile gerçekleştiren bir araştırmada, ortaokul öğrencilerinin olumlu mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü ve zayıf bir ilişkinin olduğu, olumsuz mükemmeliyetçilik ile benlik saygısı arasında ise negatif yönlü orta bir ilişkinin olduğu, olumlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin benlik saygısı düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı ve cinsiyete göre anlamlı bir fark oluşmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Hançer, 2016).

Ergenlerin olumlu mükemmeliyetçilik boyutlarının benlik algılarını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi incelendiğinde olumlu mükemmeliyetçilik ile benlik algısı arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Accordino ve çalışma arkadaşlarının (2000) lise öğrencileriyle yaptıkları bir

çalışmada yüksek standartlar belirleyen öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Öğrencilerin depresyon puanları düşük çıkarken, benlik saygısı puanlarında yükselme olduğu gözlenmiştir.

Ashby ve Rice (2002) tarafından yapılan bir çalışmada mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz boyutları ile özsaygı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlar olumlu mükemmeliyetçiliğin öz-saygı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu, olumsuz mükemmeliyetçiliğin ise öz-saygı ile negatif ilişkisi olduğunu göstermiştir. 2003 yılında Gilman ve Ashby'nin ortaokul öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda; olumlu mükemmeliyetçilerin diğer öğrencilerden daha olumlu içsel, kişilerarası ve akademik deneyimlere sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda olumsuz mükemmeliyetçilerin olumlu mükemmeliyetçilerden daha fazla kişisel ve sosyal sorunlar yaşadıkları da araştırma sonuçlarındandır. Bu çalışma sonucunda da olumlu mükemmeliyetçiliğin benlik algısı üzerinde etkisinin olduğunun belirlenmesi literatüre katkı sağlamıştır.

Ergenlerin olumsuz mükemmeliyetçilik boyutlarının benlik algılarını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi incelendiğinde olumsuz mükemmeliyetçilik ile benlik algısı arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu konu hakkında ilgili literatür incelendiğinde, Rice ve arkadaşları'nın 1998 yılında 464 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları bir çalışmada olumsuz mükemmeliyetçiliğin benlik saygısıyla negatif, depresyonla pozitif yönde ilişkili olduğunu buldukları görülmektedir. Analizin sonucu ilgili literatür ile uyum içindedir.

Sonuç

Araştırma sınırlıkları bağlamında Tekirdağ ilinde gerçekleştirilen araştırmanın Türkiye genelinden örneklem seçilerek tekrarlanması, orta ergenlik dönemindeki öğrenciler ile sınırlandırıldığı için bu yaş aralığının altına ya da üstüne genelleme yapılması için araştırmanın daha geniş bir yaş aralığı ile yeniden yapılması önerilebilir.

Kaynakça

- Ashby, J. & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self – esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development*, 80 (2), 197-203.
- Accordino, M. P.(2000). An investigation of perfectionism, mental health, achievement and achievement motivation in adolescents. *Psychology in Schools*, 37 (6) 535-545.
- Adderholdt-Elliott, M. (1987). *Perfectionism: What's bad about being too good*. MN: Free Spirit Publishing, Minneapolis.
- Bencik, S. (2006). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Biçer, T. (1998). *Doruk performans*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L. & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36 (6) 1373-1385.
- Borynack, Z. A. (2003). Contextual influences in the relationship of perfectionism and anxiety: A multidimensional perspective. Unpublished Doctorate Thesis, Oklahoma University, Norman, Oklahoma.
- Burn, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14(6) 34-52.
- Can, G. (1990). Lise öğrencilerinin benlik tasarımını etkileyen etmenler. Eskişehir: *Anadolu Üniversitesi Yayınları*.
- Cheng, S., K.; Chong, G., H. & Wong, C. W. (1999). Chinese frost multidimensional perfectionism scale: A validation and prediction of self esteem and psychological distress. *Journal of Clinical Psychology*, 55(9), 1051-1061.
- Çevik, G. B. & Atıcı, M. (2009). Lise 3. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1): 339-352.
- Cloninger, S. (2004). *Theories of personality: Understanding Persons*. New Jersey.

- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14(1), 14-18.
- Gilman, R. & Ashby, J. (2003). Multidimensional perfectionism in a sample of middle school students: An exploratory investigation. *Psychology in the Schools*, 40(6), 677-689.
- Gökalan, Z. B. (2000). İlköğretim okulu öğrencilerinin (12-14 yaş) benlik tasarımı, atılganlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Gün, E. (2006). Spor yapan ve spor yapmayan ergenlerde benlik saygısı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Hançer A. H. (2016). Ortaokul Öğrencilerinin Olumlu Ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Benlik Saygısının İncelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 53 (II) 265-274.
- Hollander M. H. (1965). *Perfectionism*. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.
- Kağan, S. (2006). Bilişsel davranışçı terapiye dayalı mükemmeliyetçilik eğitiminin sporcuların mükemmeliyetçilik, başarı güdüsü ve başarısızlık korkusuna etkisi. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kırdök, O. (2004). Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ölçeği geliştirme çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kline, D. (1992). An identification of factors associated with at-risk Hispanic students in a secondary school district. Digital Dissertation.
- Kutlesa, N. (2002). A group intervention with university students who experience difficulties with perfectionism. Unpublished Doctorate Thesis, Calgary University, Calgary, Alberta.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A. & Arıcak, T. (2000). Üniversite öğrencilerinde saldırganlık, benlik saygısı ve denetim odağı ilişkisi. *Trakya Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 1(c),87-94.

LoCicero, Kenneth A., Ashby, & Jeffrey, S. (2000). Multidimensional perfectionism in middle school age gifted students: A comparison to peers from the general cohort. *Roepers Review*, 22(3).

Meb Yayınları (2017). Okul Öncesi Eğitim Hakkındaki Sayısal Veriler.

Nelson-Jones, R. (1982). *The theory and practise of counseling Psychology*. Cassell Educational Limited, London.

Öner, N. (2005). *Pier-Harris' in çocuklarda öz kavramı ölçeği el kitabı*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.

Patch. A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390.

Preusser, K, Rice, K. & Asbby, J. (1994). The role of self esteem in mediating the perfectionism-depression connection. *Journal of College Student Development*, 35(1), 88-95.

St. Poul, M. (1996). Girls, physical activity and self-esteem. Melpomene: Melpomene Institute packet.

Şen, S. (2005). The Relationship between coping, dimensions of perfectionism, perceived intensity of life events and depressive symptoms in Boğaziçi University students: A test of cognitive model of depression. Master Thesis. Boğaziçi University.

Yavuzer, H. (2003). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuz, O. (2017). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Hakkında Bilinmesi Gereken 10 Gerçek. Köşe yazısı